

# 10 wskazówek

dotyczących  
przeciwdziałania  
krzywdzeniu i  
zaniedbywaniu dzieci



PEARLS  
FOR CHILDREN



PEARLS  
FOR CHILDREN

Treść tego dokumentu pochodzi z przewodnika opracowanego przez Fondazione Cesvi wraz z psychologami z Associazione Bambini nel Tempo (Stowarzyszenia „Dzieci w Czasie”) na potrzeby programu zapobiegania i przeciwdziałania krzywdzeniu i zaniedbywaniu dzieci we Włoszech, zainicjowanego przez fundację Cesvi w roku 2017.

**PEARLS for children** jest programem europejskim mającym na celu zwalczanie i profilaktykę krzywdzenia dzieci, finansowanym ze środków programu Unii Europejskiej „Prawa, równość i obywatelstwo” (2014-2020).

Program ten, realizowany we Włoszech, na Litwie i w Polsce, ma na celu zwiększenie wiedzy i kompetencji specjalistów z sektorów opieki zdrowotnej, edukacji, pomocy społecznej i organów ścigania w obszarze **krzywdzenia i zaniedbywania dzieci**. Ponadto jego celem jest **zbudowanie i wzmocnienie sieci współpracy i koordynacji między różnymi podmiotami publicznymi i prywatnymi** zajmującymi się pomocą dzieciom i przeciwdziałaniem krzywdzeniu dzieci w danym kraju, co umożliwi opracowanie najlepszych praktyk oraz wspólnej strategii działania.

Partnerzy realizujący program:



Paramos vaikams centras  
Children Support Centre



UNIVERSITÀ  
CATTOLICA  
del Sacro Cuore



Projekt finansowany ze  
środków programu Unii  
Europejskiej „Prawa, równość  
i obywatelstwo” (2014–2020).

Ten przewodnik został sfinansowany ze środków programu Unii Europejskiej „Prawa, równość i obywatelstwo” (2014-2020). Treść tego dokumentu odzwierciedla jedynie poglądy fundacji Cesvi, która ponosi za nią wyłączną odpowiedzialność. Komisja Europejska nie przyjmuje odpowiedzialności za wykorzystanie informacji zawartych w tym dokumencie.

Każda żywa istota potrzebuje przyjaznego, przewidywalnego, stałego i konsekwentnego środowiska, aby się rozwijać. Te cechy jednak nie powinny być sztywne ani bezwzględne. To oznacza, że w relacji rodzic-dziecko te czynniki nie powinny występować w nadmiarze ani być nieobecne (skrajne przypadki [1,2,3,4,5,6] omawiamy w dalszej części przewodnika).

Poza tymi warunkami w życiu  
dzieci mogą wystąpić pewne  
negatywne doświadczenia,  
których rodzice powinni  
bezwzględnie unikać (7,8,9,10).



#1

Zaniedbywanie potrzeb dziecka, ubieranie go nie stosownie do pory roku (za lekko w zimie lub zbyt ciepło w lecie), zostawianie go w domu samego na długi czas, zaniedbywanie mycia dziecka, niewłaściwe karmienie, nieposyłanie dziecka regularnie do szkoły, niezabieranie go do lekarza, kiedy jest chore, nie słuchanie dziecka i nie liczenie się z wyrażanymi przez nie uczuciami, opiniami i preferencjami.

**Wpływ przewlekłego zaniedbywania** może się przejawiać w opóźnionym osiągnięciu kamieni milowych w rozwoju (np. dziecko nie siada po ukończeniu 6. miesiąca życia, nie chodzi w wieku powyżej 12 miesięcy, nie mówi w wieku 3 lat

itp.), w zaburzeniach uczenia się albo w nadmiernym poszukiwaniu czułości i uwagi osób nieznanym (co prowadzi do zwiększonego ryzyka innych form krzywdzenia), bądź też w nadmiernej samodzielności, zamknięciu w sobie i nieufności wobec innych.

Dziecko zaniedbywane jest niczym roślina, która dostaje za mało wody. Rozwija się, ale w nieprawidłowy, bolesny sposób.

Zawsze myśl o swoim dziecku jako o oddzielnej osobie mającej własne uczucia, myśli, zdolności i potrzeby – zasługującej na szacunek, na to, by zostać wysłuchanym i zrozumianym.



#2

Nadopiekuńczość, medykalizacja rozwoju dziecka, niepozwalanie mu na robienie tego, co robią inne dzieci, w obawie, że mogłoby zachorować, chronienie dziecka przed wszelkimi frustracjami, przypisywanie mu uczuć, myśli i preferencji, których dziecko nie wyraziło, oraz przekarmianie go.

Do możliwych skutków nadopiekuńczości należą: rozwój lęku o własne zdrowie fizyczne, trudności w socjalizacji, problemy z separacją, słaba

frekwencja w szkole, co może prowadzić do przedwczesnego przerwania edukacji, trudności w wyrażaniu własnych potrzeb i życzeń oraz stany depresyjne.

Dziecko doświadczające nadopiekuńczości ma ciągłe poczucie, że jest kruche i nieudolne.

Pytaj dziecko, co jest dla niego ważne i jak się czuje, pytaj o jego preferencje i postępuj zgodnie z nimi, nie pozwalając, aby Twój niepokój blokował dziecko.



#3

Upokarzanie i poniżanie dziecka, powtarzanie mu, że jest głupie, brzydkie, że nie umie nic robić i nie jest kochane, grożenie dziecku porzuceniem, jeśli nie będzie robić tego, czego chce rodzic.

**Wpływ przemocy emocjonalnej** przejawia się w ciągłej autodeprecjacji („nie umiem tego zrobić”, „jestem głupi”, „nigdy się nie nauczę” itp.),

lęku, trudnościach w uczeniu się, nadpobudliwości, symptomach psychosomatycznych, takich jak moczenie się, jąkanie czy uporczywe tiki.

Dziecko krzywdzone emocjonalnie ma niskie poczucie własnej wartości, jest kruche i doświadcza ciągłego poczucia nieudolności i zniechęcenia.

Podkreślaj zalety dziecka, wyrażaj swój podziw dla niego, dowartościowuj je, praw mu komplementy, na jakie zasługuje.



#4

**Wygórowane wymagania, oczekiwanie, że dziecko zawsze będzie najlepsze w szkole, w sporcie i we wszystkim innym, czym się zajmuje.**

**Wygórowane wymagania** skutkują ciągłym stanem niepokoju u dziecka, które stara się sprostać oczekiwaniom rodziców. Mogą u niego występować częste, gwałtowne zmiany nastroju powiązane

ze spozrzeganyim poziomem akceptacji ze strony matki i ojca. Dziecko może się stać nadmiernie skłonne do rywalizacji albo przeciwnie – unikać wszelkich porównań z obawy przed porażką.

Dziecko, któremu stawia się zbyt wysokie wymagania, nie czuje się kochane za to, kim jest, ale za to, co robi.

Zawsze zadawaj sobie pytanie, co możesz zrobić dla dziecka, zamiast wymagać od niego, żeby zrobiło coś dla Ciebie.





#5

Traktowanie dziecka tak, jakby było młodsze niż w rzeczywistości (infantylizacja) – mycie dziecka i ubieranie, mimo że dziecko potrafi to robić samodzielnie i nie chce pomocy, nie rozmawianie z nim o istotnych wydarzeniach w jego życiu, również tych bardzo poważnych (takich jak śmierć, choroba, kryzysy czy rozstania).

**Do skutków infantylizacji** należą poczucie nieporadności i nadmierna zależność od

dorosłego, problemy w nauce i zaburzenia socjalizacji.

Traktowanie dziecka tak, jakby było młodsze niż w rzeczywistości, stwarza obraz niebezpiecznego świata zewnętrznego, z którym dziecko – w swoim przekonaniu – nie potrafi sobie poradzić i od którego chce się trzymać z daleka.

Pamiętaj, że obraz własnej osoby, jaki kształtuje się u Twojego dziecka, zależy przede wszystkim od tego, jak się wobec niego zachowujesz, a nie od tego, co mówisz.



#6

Traktowanie dziecka tak, jakby było starsze niż w rzeczywistości (adulteryzacja) – oczekiwanie, że dziecko będzie się zachowywać jak „mały dorosły”: zajmować się sobą, chorymi dorosłymi lub młodszym rodzeństwem; zabieranie go w niebezpieczne miejsca lub na spotkania nieodpowiednie do jego wieku (do centrów gier hazardowych albo w miejsca, gdzie ludzie nadużywają alkoholu lub zażywają narkotyki).

**Adulteryzacja** prowadzi do utraty zdolności ufania innym oraz do rozwoju nacechowanej lękiem skłonności do kontrolowania innych i otoczenia, które

jest spostrzegane jako nieodpowiednie. Lęk może się również przejawiać w symptomach somatycznych, takich jak moczenie się, tiki czy jękanie.

Dziecko traktowane jak dorosły zbyt szybko traci swoją dziecięcość; nie rozwija się u niego wyobraźnia ani swobodna zabawa, a dziecko bierze na siebie obowiązki, które nadmiernie je obciążają.

Zastanów się – czy jako dziecko również byłeś obciążony nadmierną odpowiedzialnością? Przypomnij sobie, jak traktowali Cię rodzice. Być może zdasz sobie sprawę, że w relacjach z własnymi dziećmi powielasz zachowanie, które w dzieciństwie było dla Ciebie źródłem cierpienia.



#7

Wikłanie dziecka w kłótnie z partnerem, pytanie go, które z rodziców ma rację, dyskredytowanie drugiego rodzica, negatywne uwagi na temat cech dziecka przypominających cechy drugiego z rodziców, zniechęcenie dziecka do spędzania czasu z drugim rodzicem albo kochania go poprzez grożenie mu porzuceniem i/lub karami.

**Manipulacja stosowana przez rodziców** może skutkować nadmiernym zamknięciem w sobie i trudnościami w wyrażaniu własnych potrzeb (co jest

próbą uniknięcia manipulacji). Ponadto u dziecka może się rozwinąć niska samoocena i ciągły lęk związany z kontrolą.

Dziecko nadmiernie zaangażowane w konflikt między rodzicami czuje się niewidzialne i wewnętrznie rozdarte. Może całkowicie utożsamić się z jednym z rodziców i wziąć jego stronę, aby złagodzić swój konflikt wewnętrzny.

Chroń dziecko przed swoimi kłótniami z partnerem, zadbaj o to, aby na żadnym poziomie nie było w nie uwikłane. Istnieje nieprzekraczalna granica między sprawami dotyczącymi wyłącznie dorosłych (pary) a tymi dotyczącymi dzieci (wychowania).



#8

Narażanie dziecka na sceny przemocy fizycznej i werbalnej, bicie drugiego rodzica, upokarzanie go lub grożenie mu na oczach dziecka lub kiedy dziecko jest w pobliżu, bądź też w taki sposób, że dziecko zauważa skutki tego zachowania – również po fakcie (np. zostają ślady).

**Skutki bycia świadkiem przemocy** zależą od tego, jak traumatyczna była dana sytuacja, i obejmują lęk,

ciągłe poczucie zagrożenia, nadpobudliwość, zaburzenia uczenia się, bezsilność i poczucie winy.

Dziecko, które żyje w przemocowym środowisku, musi się chronić i próbuje zapewnić ochronę rodzicowi będącemu ofiarą przemocy. Dlatego nie ma wystarczająco dużo energii, aby się dobrze rozwijać.

Pamiętaj, że jeśli Twoje dziecko będzie świadkiem przemocy, to doświadczy traumy podobnej do tej, jaką by przeżyło, gdyby samo padło ofiarą przemocy.



#9

Stosowanie przemocy fizycznej wobec dziecka, bicie, ciągnięcie za włosy, rzucanie w dziecko przedmiotami, kopanie, popychanie lub uderzanie pięścią, bicie pasem lub innym przedmiotem, przypalanie papierosami, potrząsanie niemowlęciem, żeby przestało płakać.

Oprócz szkód fizycznych (złamań, siniaków, wyrwanych włosów, śladów po biciu pasem itp.) **do skutków przemocy fizycznej** należą: agresja,

nadpobudliwość, poczucie poniżenia i autodewaluacja, opóźnienia i zaburzenia rozwoju (mowy, motoryki itp.) oraz trudności w uczeniu się.

Dziecko, które jest bite, nabiera przekonania, że żyje we wrogim świecie, przed którym musi się bronić.

Twoją „bronią” – jako rodzica – powinno być zrozumienie i słuchanie, a nie agresja. Przemoc prowadzi do agresji u dzieci. Gniew rodzi jeszcze więcej gniewu i wzbudza strach.



#10

**Kontakty seksualne z dzieckiem, dotykanie jego narządów płciowych w celu wywołania podniecenia, zmuszanie dziecka, aby dotykało genitaliów osoby dorosłej, nakłanianie go do oglądania czynności seksualnych i materiałów pornograficznych.**

**Wykorzystywanie seksualne dzieci** jest związane z doświadczeniem traumy i może prowadzić do wielorakich skutków, takich jak lęk i poczucie winy, wstyd, bierność, zaburzenia odżywiania (anoreksja

i bulimia), pogorszenie wyników w nauce, trudności w uczeniu się, zaburzenia snu, depresja, koszmary senne, nacechowane seksualnie zachowania wobec dorosłych i rówieśników oraz nadmierna erotyzacja.

Dziecko wykorzystywane seksualnie traci zaufanie do ludzi, którzy powinni je chronić i się nim opiekować, a jego seksualność rozwija się w sposób nieprawidłowy.

Nie zapominaj, że dzieci mają własną seksualność, która nie ma nic wspólnego z seksualnością dorosłych. Każdy kontakt seksualny z osobą dorosłą – niezależnie od jego typu i poziomu – wywiera na dziecko traumatyczny wpływ i jest przestępstwem.



## Najczęstsze konsekwencje

**W**szystkie formy krzywdzenia wywierają na dzieci negatywny wpływ, który może się przejawiać w podobny sposób i prowadzi do charakterystycznych wzorców emocji i zachowań:

#A

### Gniew

Dziecko spostrzega świat jako wrogie środowisko, przed którym próbuje się bronić poprzez agresję, nadpobudliwość, destrukcyjność i przemoc.

#B

### Strach

Dziecko spostrzega świat jako wrogie środowisko, przed którym próbuje się bronić za pomocą bierności, wycofania i uległości, ponieważ czuje się kruche i bezsilne.

#C

### Izolacja

Dziecko spostrzega świat jako wrogie środowisko, przed którym się wycofuje w marzenia na jawie, starając się być tak „nieobecny” i niewidziany, jak to możliwe.

#D

### Niestabilność

Dziecko spostrzega świat jako niestabilny – miejsce, w którym „nigdy nie wiadomo, czy zdarzy się coś złego, czy coś dobrego”. W rezultacie przejawia gwałtowne wahania nastrojów lub nagłe zmiany wyników w nauce.

#E

### Autodewaluacja

Dziecko bez przerwy mówi sobie: „Jestem głupi, jestem do niczego, nie potrafię...”, „Świat mnie nie kocha...”, „To moja wina...”, przez co buduje obraz siebie jako osoby nieudolnej i bezwartościowej.

**W większości wypadków opóźnienia lub zaburzenia w zakresie rozwoju psychoruchowego, rozwoju mowy, kontroli zwieraczy, umiejętności logicznego myślenia, jedzenia oraz rytmu snu i czuwania są następstwem tych doświadczeń.**





Jeśli zdajesz sobie sprawę, że w relacjach ze swoimi dziećmi zachowujesz się w jeden z opisanych wyżej dziesięciu sposobów, nie obawiaj się skontaktować ze specjalistą i poprosić o pomoc.



Istnieje wielu profesjonalistów, do których możesz się zwrócić – pracownicy socjalni, psychologowie, specjaliści w dziedzinie relacji rodzinnych i przeciwdziałania krzywdzeniu w rodzinie, a także grupy wsparcia.


# Fundacja Dajemy Dzieciom Siłę



Od 30 lat chronimy dzieci przed przemocą i wykorzystaniem seksualnym. Zapewniamy dzieciom i ich opiekunom wsparcie, profesjonalną pomoc psychologiczną i prawną.

Uczymy dorosłych, jak mądrze i skutecznie reagować na przemoc wobec dzieci oraz co robić, gdy podejrzewają, że dziecko jest krzywdzone. Wspieramy i angażujemy rodziców by

wychowywali dzieci z miłością i szacunkiem. Wpływamy na polskie prawo, by jak najlepiej chroniło interes dziecka. Każde dziecko zasługuje na dzieciństwo wolne od przemocy!



*Program PEARLS for Children zainicjowano w październiku 2020 roku. Przenosi on działania na rzecz profilaktyki i zwalczania krzywdzenia na poziom europejski – jest realizowany we Włoszech, na Litwie i w Polsce.*



PEARLS  
FOR CHILDREN

Więcej informacji można znaleźć na naszej stronie  
internetowej (zakładka Kontakt),  
[www.pearlsforchildren.eu](http://www.pearlsforchildren.eu)